

Программа  
Военно- патриотического кружка «Патриот»

Программа дополнительного образования подростков 14-17 лет

8-11 класс

Срок реализации- 1 год

Автор- составитель

Усольцева А.М.

Преподаватель- организатор ОБЖ

Г Ухта 2019г.

## Пояснительная записка

Программа военно-патриотического кружка «Патриот» МОУ «СОШ№16» программа разработана в соответствии с требованиями законов РФ «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «Об образовании» и постановлением правительства РФ от 18 апреля 1992 года №261 «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О гражданской обороне» настоящая программа предназначена для подростков и молодежи, является примерной, с учетом Федеральной программы курса ОБЖ и сборника нормативных документов по физической подготовленности для допризывной молодежи для образовательных учреждений республики.

Направленность программы. Курс предназначен для всесторонней подготовки молодежи к предстоящей службе в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации. Особое внимание уделяется физической подготовке. Программа ориентирована на военно-патриотическое воспитание, имеет целевую установку готовить к защите Отечества на боевых традициях, формировать морально-психологические качества, дисциплинированность. Основная цель военно-патриотического воспитания – готовить учащихся к защите Родины, своего народа, родного края, воспитывать чувство уважения и гордости к Вооруженным Силам Российской Федерации.

Программа включает пять логически взаимосвязанных разделов. Разделы в совокупности составляют область знаний, охватывающую теорию и практику защиты человека от опасностей природного, техногенного происхождения, а также опасностей военного времени.

В программе формируются понятия здорового образа жизни как индивидуальной системы ежедневного поведения человека, обеспечивающей ему физическое, духовное и социальное благополучие в реальной окружающей среде и активное долголетие.

Новизна программы.

В программе расширена тематика занятий по основным военно-прикладным дисциплинам, что позволит более качественно подготовить юношей по основам военной службы.

Актуальность программы. В настоящее время вопросы военной подготовки вызывает у подростков большой интерес. Программа позволяет подросткам приобщиться к здоровому образу жизни. Создаются условия для развития юношей и девушек мотивации к познанию, выработки чувства коллективизма, ответственности за себя и товарищей. Дает возможность получить первичные навыки военной службы

Цель программы:

- гражданское и патриотическое воспитание, морально- психологическая и физическая подготовка подростков.

## Первоначальная подготовка по основам военной службы

### Задачи:

- Изучить стрелковое вооружение, средства защиты, приемы и способы действий на поле боя.
- Развивать волевые и морально- психологические качества
- Воспитывать и у подростков чувства патриотизма и гражданского долга, дисциплинированность.

В результате обучения по дисциплине подростки должны:

### ЗНАТЬ:

- Историю, традиции, организационную структуру ВС РФ.
- Порядок действий солдата в различных боевых ситуациях.
- Устройство стрелкового оружия.
- Инженерные и фортификационные сооружения и заграждения
- Правила оказания первой медицинской помощи.

### УМЕТЬ:

- Применять теоретические знания в практической деятельности.
- Ориентироваться на местности.
- Уметь применять на практике туристические навыки

Содержание программы.

I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Цель: Ознакомление с правилами и мерами безопасности при занятиях в ВПК. Характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения. Изучение основ выживания.

1. *Вводное занятие* Задачи, содержание и организация занятий.

2. *Школа безопасности* Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Задачи, решаемые РСЧС, ее структура. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения. Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС. Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях. Экстремальные условия и их влияние на человека.

II. Основы медицинских знаний и охрана здоровья подростков.

Цель: изучение правил первой медицинской помощи. ЗОЖ

3. *Медицинская подготовка* Первая медицинская помощь. Медицинская аптечка. Природные лекарственные средства. Первая медицинская помощь при ранениях и травмах. Первая медицинская помощь при остановке сердечной деятельности.

4. *Основы здорового образа жизни.* Здоровый образ жизни и его составляющие.

III. Здоровьесберегающие технологии.

Цель: Знакомство с методикой прикладной физической подготовки. Изучение поведения и меры безопасности на занятиях по туризму. Общее физическое развитие.

5. *Прикладная физическая подготовка.* Меры безопасности при занятиях прикладной физической подготовкой. Общефизическая подготовка. Выполнение общефизических упражнений для мышц рук, туловища и ног:

упражнения в парах с набивным мячом, на перекладине (подтягивание, выход силой, подъем переворотом, поднос прямых ног), на гимнастической стенке (угол, прогибания), на брусьях (сгибание и разгибание рук в размахивании, угол). Челночный бег 10х10 м, бег на 100-400 м с высокого и низкого старта, на 1000, 2000 и 3000 м. Ознакомление с единой полосой препятствий. Порядок выполнения упражнения. Ознакомление с преодолением отдельных препятствий и тренировка в их преодолении.

Рукопашный бой.

*6. Туристская подготовка.* Правила поведения и меры безопасности на занятиях по туризму. Устройство бивака. Выбор места для бивака.

Организация бивачных работ. Костры и костровое хозяйство. Разведение костра, поддержание костра. Выбор и заготовка дров. Разведение костра под дождем. Приспособления для приготовления пищи. Меры предосторожности. Питание в походе. Составление рациона, закупка продуктов, упаковка и хранение, приготовление пищи. Снаряжение. Личное снаряжение. Групповое снаряжение. Использование средств связи и сигнализации. Международный код визуальных сигналов «Земля – Воздух». Однодневные походы.

#### IV Основы подготовки к военной службе.

Цель: Знакомство с основами ориентирования. Изучение структуры вооруженных сил РФ. Воспитание патриотической значимости военной службы.

*7. Топография* Ориентирование на местности. Способы ориентирования на местности по компасу и местным предметам. Компас. Азимут. Ориентиры. Выбор ориентиров. Движение по азимуту.

*8. Следопытство.* Трассология- наука о следах. Дорожка следов и ее элементы. Определение направления движения. Давность следа. Ухищрения. Получение данных о человеке по его отпечатку следа. Соревнования по следопытству.

*9. Инженерная подготовка.* Фортификационные сооружения. Укрытия для личного состава и техники. Опорный пункт взвода и его элементы.

*10. Основы военной службы.* Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил. История создания. Боевые традиции Вооруженных Сил России . Память поколений – дни воинской славы России. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Символы воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги. Основные государственные награды СССР и России. Традиции и воинские ритуалы. Воинские обязанности военнослужащих. Воинские звания и знаки различия. Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту. Права и ответственность военнослужащих. Требования воинской деятельности. Вне учебной программы ОБЖ раздела ОВС.

*V. Организация и подготовка военно- патриотических мероприятий.*

*Цель:* Отработка практических навыков в условиях реальной обстановки. Торжественное проведение значимых дат, несение караула.

*11. Военно- патриотические мероприятия.* «Зарница», «Орленок», Лагерь имени Героя России А.И. Алексеева посещение краеведческих музеев, воинских частей, участие в торжественных мероприятиях, посвященных знаменательным датам. Вахта памяти у вечного огня г. Ухты

Тематическое планирование.

1 год обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов	
		теория	практика
<u>I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях-</u>			
1	Вводное занятие	1	
2	Школа безопасности – 4 час		
2.1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Задачи, решаемые РСЧС, ее структура	1	
2.2	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения	1	
2.3	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС	1	
2.4	Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях. Экстремальные условия и их влияние на человека	1	
<u>II. Основы медицинских знаний и охрана здоровья подростков</u>			
3	Медицинская подготовка – 5час		
3.1	Первая медицинская помощь	1	
3.2	Медицинская аптечка		1
3.3	Природные лекарственные средства	1	
3.4	Первая медицинская помощь при ранениях и травмах		1
3.5	Первая медицинская помощь при остановке сердечной деятельности	1	
4	Основы здорового образа жизни – 1 час.		
4.1	Здоровый образ жизни и его составляющие	1	
<u>III. Здоровьесберегающие технологии</u>			
5	Прикладная физическая подготовка – 4 час		
5.1	Меры безопасности при занятиях прикладной физической подготовкой	1	
5,2	Общездоровьесберегающая подготовка. Выполнение общездоровьесберегающих упражнений для мышц рук, туловища и ног: упражнения в парах с набивным мячом, на перекладине		1

	(подтягивание, выход силой, подъем переворотом, поднос прямых ног), на гимнастической стенке (угол, прогибания), на брусьях (сгибание и разгибание рук в размахивании, угол). Челночный бег 10x10 м, бег на 100-400 м с высокого и низкого старта, на 1000, 2000 и 3000 м.		
5.3	Ознакомление с единой полосой препятствий. Порядок выполнения упражнения. Ознакомление с преодолением отдельных препятствий и тренировка в их преодолении		1
5.4	Рукопашный бой	1	
6	<i>Туристская подготовка – 6 часов.</i>		
6.1	Правила поведения и меры безопасности на занятиях по туризму	1	
6.2	Устройство бивака. Выбор места для бивака. Организация бивачных работ		1
6.3	Костры и костровое хозяйство. Разведение костра, поддержание костра. Выбор и заготовка дров. Разведение костра под дождем. Приспособления для приготовления пищи. Меры предосторожности	1	
6.4	Питание в походе. Составление рациона, закупка продуктов, упаковка и хранение, приготовление пищи. Снаряжение. Личное снаряжение. Групповое снаряжение.	1	
6.5	Использование средств связи и сигнализации. Международный код визуальных сигналов «Земля – Воздух»	1	
6.6	Однодневные походы	1	
<i>IV Основы подготовки к военной службе</i>			
7	<i>Топография- 3 час</i>		
7.1	Ориентирование на местности. Способы ориентирования на местности по компасу и местным предметам	1	
7.2	Компас. Азимут. Ориентиры. Выбор ориентиров	1	
7.3	Движение по азимуту	1	

8	<i>Следопытство- 2час</i>		
8.1	Трассология- наука о следах. Дорожка следов и ее элементы	1	
	Соревнования «Азимут России»	1	
9	<i>Инженерная подготовка – 2час</i>		
9.1	Фортификационные сооружения. Укрытия для личного состава и техники. Опорный пункт взвода и его элементы	1	
9.2	Инженерные заграждения. Виды. Классификация	1	
10	<i>Основы военной службы – 9 часов.</i>		
10.1	Организационная структура Вооруженных Сил. История создания	1	
10.2	Боевые традиции Вооруженных Сил России	1	
10.3	Память поколений – дни воинской славы России. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России	1	
10.4	Символы воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги. Основные государственные награды СССР и России	1	
10.5	Традиции и воинские ритуалы.	1	
10.6	Права и ответственность военнослужащих	1	
	<i><u>V. Организация и подготовка военно- патриотических мероприятий.</u></i>		
11	<i>Военно- патриотические мероприятия -1</i>		
11.1	Экскурсии и походы посещение краеведческих музеев, облагораживание памятников обелисков, участие в торжественных мероприятиях, посвященных знаменательным датам.		1
	Всего часов	29	6